不自闭！交际的魅力

COAY Books

目录
Content

- 第1节：不自闭！交际的魅力(1)
- 第2节：不自闭！交际的魅力(2)
- 第3节：不自闭！交际的魅力(3)
- 第4节：不自闭！交际的魅力(4)
- 第5节：不自闭！交际的魅力(5)
- 第6节：不自闭！交际的魅力(6)
- 第7节：不自闭！交际的魅力(7)
- 第8节：不自闭！交际的魅力(8)
- 第9节：不自闭！交际的魅力(9)
- 第10节：不自闭！交际的魅力(10)
- 第11节：不自闭！交际的魅力(11)
- 第12节：不自闭！交际的魅力(12)
- 第13节：不自闭！交际的魅力(13)
- 第14节：不自闭！交际的魅力(14)
- 第15节：不自闭！交际的魅力(15)
- 第16节：不自闭！交际的魅力(16)
- 第17节：不自闭！交际的魅力(17)
- 第18节：不自闭！交际的魅力(18)
- 第19节：不自闭！交际的魅力(19)
- 第20节：不自闭！交际的魅力(20)
- 第21节：不自闭！交际的魅力(21)
- 第22节：不自闭！交际的魅力(22)
- 第23节：不自闭！交际的魅力(23)
- 第24节：不自闭！交际的魅力(24)
- 第25节：不自闭！交际的魅力(25)
- 第26节：不自闭！交际的魅力(26)
- 第27节：不自闭！交际的魅力(27)
- 第28节：不自闭！交际的魅力(28)
- 第29节：不自闭！交际的魅力(29)
- 第30节：不自闭！交际的魅力(30)

- 第31节：不自闭！交际的魅力(31)
- 第32节：不自闭！交际的魅力(32)
- 第33节：不自闭！交际的魅力(33)
- 第34节：不自闭！交际的魅力(34)
- 第35节：不自闭！交际的魅力(35)
- 第36节：不自闭！交际的魅力(36)
- 第37节：不自闭！交际的魅力(37)
- 第38节：不自闭！交际的魅力(38)
- 第39节：不自闭！交际的魅力(39)
- 第40节：不自闭！交际的魅力(40)
- 第41节：不自闭！交际的魅力(41)
- 第42节：不自闭！交际的魅力(42)
- 第43节：不自闭！交际的魅力(43)
- 第44节：不自闭！交际的魅力(44)
- 第45节：不自闭！交际的魅力(45)
- 第46节：不自闭！交际的魅力(46)
- 第47节：不自闭！交际的魅力(47)
- 第48节：不自闭！交际的魅力(48)
- 第49节：不自闭！交际的魅力(49)
- 第50节：不自闭！交际的魅力(50)

第1节：不自闭！交际的魅力(1)

保持良好交际的10条准则

1 交际的第一步是，双方都要消除对对方的不安心理

初来乍到一个新的环境，谁都会心存这样的不安心理："这里都是怎样的人呀？是善良的人吗？"要消除互相之间的不安心理，交际的礼仪是不可或缺的。

第2节：不自闭！交际的魅力(2)

叮田小姐！
一星期之后
这种邀请很暧昧，让对方不好回答。发出这种让对方无法明确回答的邀请，实际上表达出一种“你要是没兴趣就算了”的无所谓的感觉。这样很轻易地就错过了一次交际的机缘。
× 过几天，我们一起去××吧？
啊，不！我想请叮田小姐一起去！
可，可能的话，一起去好吗？
想去那家新开的饭馆尝尝。
有时候对方可能认为“你的提议还不错”，只是由于害羞不好意思直接表达。就算是你考虑不了那么多，也还是应该给对方留下“还是应该接受”的回心转意的余地。
“想和××一起去那家饭馆”。约会的时候不要说“如果可能的话”这类消极的语言，直来直去可能效果会更好。
如果想请对方吃饭，事先确定要去的饭店，有利于对方做出决定。下饭馆和去电影院不同，即使是去过的饭店、饭菜也还是“好吃”的。
听男士说“我们一起去吃饭吧”，女士会感到缩短了双方的距离。
这是邀请我约会吗？
当然了。
不要带着“没办法推辞，只好陪他去”的敷衍情绪。
你说的那家饭馆我也一直很想去。
被人邀请约会（对方出于好心），你如果想让这次约会圆满，从接受邀请开始，就要保持一种积极主动的姿态。

第3节：不自闭！交际的魅力(3)

请人帮忙

突然要请别人帮忙时要给对方心理准备。这种情况下能给你提供帮助的就是起到铺垫作用的语言。
"铺垫"为漂亮跳跃(安排)之后的安全着地做好了准备。

求人时的三级跳

起跳·心理准备

"如果您有空的话……"
"非常不好意思，给您添麻烦了。"
"我有点儿事儿想请您帮忙。"

第二步·要给对方一点儿好心情

"这件事情除了您谁都帮不上忙。"
"这件事非您不可。"

与其说"耽误不了您多长时间"，倒不如稍微夸张一点儿，把事情说得比较重大，让对方感到"我能帮她这么重要的事情，真是太好了"，这就表明你的交际能力有了很大提高。

第4节：不自闭！交际的魅力(4)

3

最后一跳·巧妙地求人　巧妙地婉拒

"事到临头才来拜托您，知道一定很难办。"

如果强调"事到临头"，拒绝的一方就可以借这个理由拒绝了。

"这次实在是帮不上忙，下次有机会一定尽力。"

拒绝的一方，强调"这次"实在不行，拒绝起来比较婉转，求人的一方也感到自己下次还有机会。

同时，求人的时候，要给对方留下退路。

求人办事，不要指望"一蹴而就"。

第5节：不自闭！交际的魅力(5)

催促对方

催促别人的时候需要勇气，要用简洁的话语，但不要穷追猛打。如果你催逼得太紧，对方也有可能反击。

这样说，好像是突然想起来的，也是一种委婉的方法。

最基本的是不要向别人借钱

比如在自动售货机前买饮料，但是没带钱，这时候，宁肯自己"居着"，也最好别向别人"借钱"。另外，去参加聚餐会时也最好准备一些零钱，最后算钱时可以提供方便。

对于交际，与其亡羊补牢，不如未雨绸缪。

在对方要账前还钱

偶尔手头没钱跟别人借了，别等到下次见面再还，而是应该尽早还给人家。即使借得不多，也别认为"这点儿小钱不算什么"。

对方也会因为钱太少而不好意思张口对你要。

这些日子我不在家，请您关照（对邻居）

谁都可能出门，为此脑子里要随时有所准备。不要把自家的钥匙或者宠物这些会成为负担的东西交给邻居们保管。

成为保证人（亲属范围）

除了金钱关系，还有"结婚登记"、"手术签字"、"租借契约"等各种各样的需要担保人的情况。被要求做担保的人最想了解的是，自己在担保过程中要承担什么责任。所以，你求别人做担保之前，首先要认真调查，让对方知道最坏情况，还要清楚地告诉对方，是担任保证人，还是担任连带保证人。

第6节：不自闭！交际的魅力(6)

区别对待别人的邀请

那天我没时间，
但改天我就OK
町田小姐，这个星期日我们一起去OO玩好吗？
哇——可是太遗憾了。要是下个星期日我就有时间了，可以吗？
如果你仅仅回答“有机会再约吧”，对方会认为这是一种婉转的拒绝。如果你还是真的愿意接受邀请，就应该提出具体的方案。
那我们就下个星期日去。

如果你不怎么想接受邀请
(想婉转拒绝的情况下)
町田小姐，星期天能请您一起玩吗？
过两个月我就清闲了，那时候可能有时间……
还可以回答“你也邀请○○小姐一起去吧”。
对方有可能回答说“行呀”，如果真的组织一个集体约会，说不定会有意外的惊喜呢。
好呀！两个月后所有的星期天，我都给您留着。

第7节：不自闭！交际的魅力(7)

可以断然拒绝的邀请

根据对方的不同目的，一味推托"我很忙"，采取逃避的方法不可取。要敢于主动地说"不"。尤其是约会这样的事，委婉推辞对方也许不理解，应该明确表现出拒绝的态度。

被劝说参加宗教活动时，抱持着"无论什么宗教，在我看来没什么差别，不参与"的心情吧。

无论对方邀请你做什么，如果决定拒绝，回答时就不能给对方留下期待。另外还要注意，在大众面前拒绝对方的时候，要给对方留面子，不要让对方感到羞愧。

第8节：不自闭！交际的魅力(8)

被人夸奖时的应对要点

- 应该立刻对对方表示"我很快乐"、"谢谢你"。
- 如果带着微笑回答对方"你真会说话，不过被你这样夸奖，我真的特别高兴"、"你是第一个这样说我的……"还能传达出一种羞涩的感觉。
- 如果夸奖你的是亲密的友，你不妨得意地回答"是那样吗"、"我想你再大声点儿呢"。

如果是贵重的物品，即使是赞美，也起不到夸奖的效果

夸奖对方的物品时，你要是问"这东西很贵吧"，只能表示对对方经济实力的羡慕，谈不上对对方夸奖。如果不是很亲密的朋友，在夸奖对方的时候，最好避开与金钱有关系的内容。

最基本的就是从对方本身夸奖

发型

"这个人的新发型，就是最适合她的发型"，这是交往时要遵循的原则。即使对方说"这次剪得有点多了"，你也要对她持肯定态度，说"谁说的，正合适呢"，这样能给对方以自信。

服装

不只是夸奖服装漂亮，而是要夸奖对方的整体风格。比起夸奖服装的品牌和材料，还是赞赏服装的设计和颜色更能令对方欣喜。对那些总穿中性服装的女士，在她们偶尔穿裙子时，正是夸奖她们的好时机。即使对家常饰物的夸奖，也能给人送去快乐和开心。

手表·书包·鞋等

小的物品里凝缩着这个人的自尊和个性。即使不是新品，也应称赞"这是很讲究的设计呢"。但是不必更详细地指出"这是卡鲁奇(品牌)的第○○号"，那反而会让人感觉你是在对这件物品做评定呢，可能会产生不愉快的感觉。

第9节：不自闭！交际的魅力(9)

夸奖家居

整体

"不用说，只有您才能挑选出这样的好房子。"

赞美选中这处房子的主人的眼光。如果是单身居住，就必须赞美道："真是非常适合你的房子呢。"

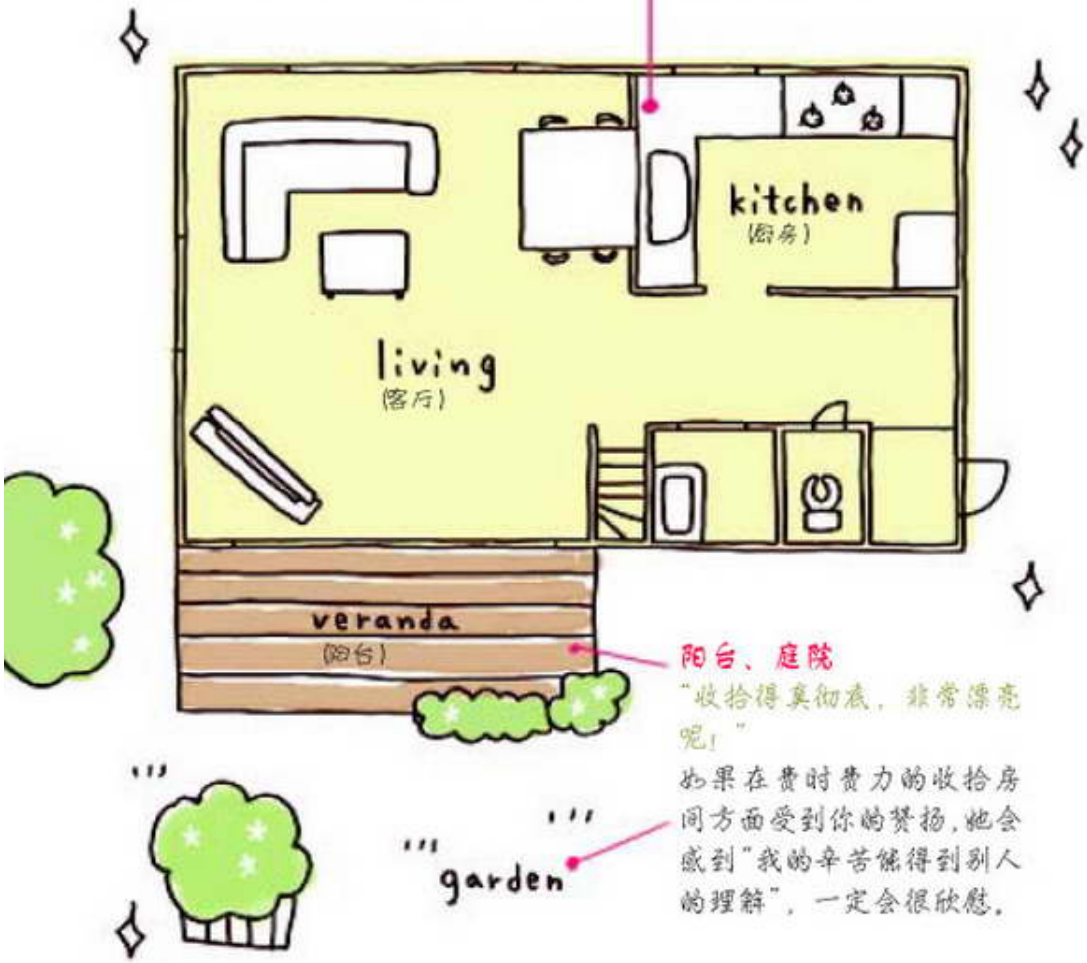
"离车站很近，房间布局很合理，壁橱也很多，真的是不错呀！"

如果是居住条件都很完美，就可以赞扬："真是万事俱备，还是你有眼光！"

厨房

虽然你可以表示"只是随便看看"的想法，但是一般来说还是不要擅自进入主人家的厨房。除非主人邀请你参观。

厨房里要是准备了很多调味品，不用说，主人一定是一个美食家。其他比如做饭的器具、家用电器，都可以作为夸赞的对象。



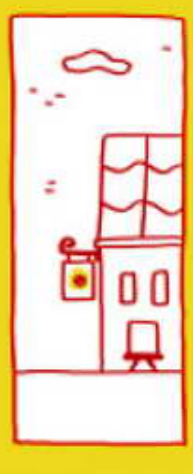
阳台、庭院

"收拾得真彻底，非常漂亮呢！"

如果在费时费力的收拾房间方面受到你的赞扬，她会感到"我的辛苦能得到别人的理解"，一定会很欣慰。

第10节：不自闭！交际的魅力(10)

成人交际能力测试3



烦恼

我和朋友一起出门者，她穿上自己的新衣服，问到：

这不是有点儿太花哨了？

我就接道：

怎么这样……

她立刻就情绪变得心情不好了，那么我该怎么回答才好呢？

（烦恼人：铃木）

1"客观地回答，可能是有点儿差眼了。"

2"没有呀，挺适合你的。"

3"这次的穿戴改变了以往的风格，不是挺好的吗？"

对这三种回答，你选择哪种呢？

分数统计

1 ↓ 0分　**2** ↓ 5分　**3** ↓ 3分

解说

首先你要看透，对方问你的时候，潜台词是"快夸夸我吧"——这才是成年人的洞察力。你客观地回答**1**，其实是不合时宜，在对方处于不安的情况下，与其像**3**那样拐弯抹角地夸奖，还不如就像**2**这样直接赞美更合适，她一定会高兴的！

第11节：不自闭！交际的魅力(11)

噪音

间接而婉转地提醒对方，有利于对方接受意见并改正。但是也不要含糊其辞。比如，邻居家的小狗昨夜很吵，虽然可以这样提醒对方“昨晚您家的小狗一直在叫，是不是发现鬼鬼祟祟的坏人了”，小狗的主人听你这样说，首先感觉你是在夸奖小狗，但也可能就会误解你想表达的真实意思。

尽量避免家庭内部矛盾

夫妻、父子之间是容易斤斤计较的。温柔可爱地对对方提出批评，也是日常会话中的一部分。抱着积极的态度进行对话，双方感情会更进一步，有小毛病的对方也会真诚接受你的意见。

批评别人家的孩子

看见孩子淘气，就应该直接提醒孩子注意。对他的家长：

↓

要同时把孩子给别人添麻烦了、你已经提醒过孩子了、你也为孩子担心了这三种心情都告诉孩子家长。

第12节：不自闭！交际的魅力(12)

2

不要总想着与对方保持“最佳距离”

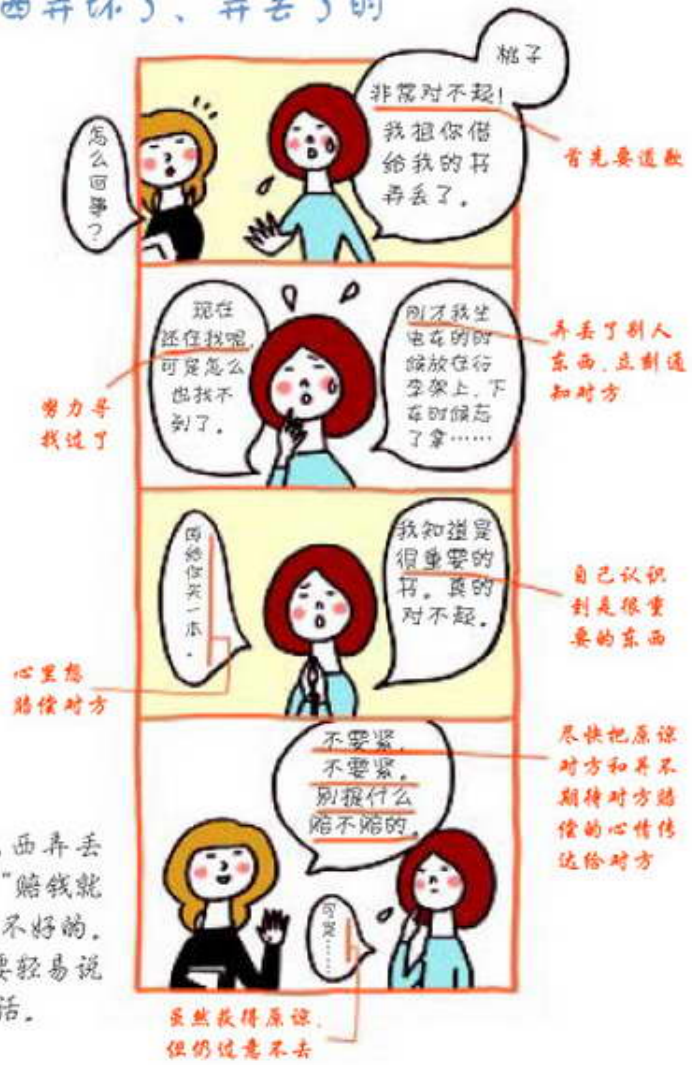
和所有的人都建立起深厚、友好的关系，不必要也是不可能的。但要思考和什么对象建立怎样的关系。

3

遵循礼节不是添麻烦的事情，运用自如会带来很多便利

第13节：不自闭！交际的魅力(13)

把借用的东西弄坏了、弄丢了时



如果把别人的东西弄丢了，便做出一种"赔钱就是了"的姿态，是不好的。开始时，最好不要轻易说出"我赔你"的话。

作为道歉的一方，只有拼命表达歉意，对方才会考虑"那我就原谅她吧"。如果什么也不说，丧失的不仅仅是物品，更是你自己的信用。

第14节：不自闭！交际的魅力(14)

加深交往

遇到与自己投缘的人，自然会产生与他加深交往的想法，这时候肯定会积极主动地向对方靠拢，这是无可非议的。但是要注意掌握节奏，不要因为自己的过于热情而吓到对方。

想更进一步密切关系，向对方表达好意

女性↓女性

"你总是那么漂亮呢。"这是通过夸奖对方而增进友情的最合适的语言。别人对自己表达好感，自己却感到不快的人肯定是不多的。

电子邮件里写什么

女性↓女性的场合

可以继续当时交换邮件地址时候的话题，那时的话题肯定是你们共同感兴趣的，由这个话题便可以循序渐进地深入交流了。

女性↕男性的场合

如果对方是男性，那就可以积极主动地向对方传达恋爱的信号。

第15节：不自闭！交际的魅力(15)

恋爱问题

别人就恋爱问题找你商量的时候，你最需要了解的就是“比起你提出建议，人家更希望你能倾听”。

我一定要和他分手！

附和对方的牢骚，说他的坏话。

那样的话，真是个太过分的男人了。

做出结论。

分开就对了！

我不想听你们说这些！

结果适得其反。其实最后的答案，还是需要她本人得出的。

想不开的烦恼

说这些话一般都是开始无聊话题的前奏。这时候妥当的回答是“哪有那回事儿呀”，或者随声附和，“我也是有点儿呢”。

最近我又胖了。

皱纹也多了。

真的呢！

你这样说不过分吗？

使对方感到棘手的谈话

啊？我可解决不了。

我和妻子正在闹离婚，你的意见怎样？

对这些旁人无法解决的事情，应该避免深入涉及。

有关借钱、离婚、生病、被跟踪、家庭暴力等方面的问题，最好去专业机关咨询。

第16节：不自闭！交际的魅力(16)

找人商量应注意

"你能听我说我的心事，我非常感谢。"这种感谢对方的心情是非常重要的，即使对方不同意你的观点，也不能发脾气。

- 恋人、夫妻间产生问题，要想得到客观的建议，最好找不了解你们的人商量。谈论双方是不了解的人，也不会感到压力。
- 对方提出的建议，你也不必完全采纳。事情有了好转，应该告诉对方"上次多亏了你，太谢谢了"。

被找的人应该注意

- 首先是认真听对方讲话，还要考虑对方为什么找自己商量。
  考虑一下"如果是自己，该怎么办"，之后再回答对方。
- 之后可以询问对方"那件事怎么样了"，即使没有满意的结果，也不要太自责。
- 通过商量也可以了解"对方在想什么"。不要总考虑"人家找我商量事情，不能过于亲近"（有些人找你商量是想和你亲近），即使遇到不温和的谈话对象，商量本身也是一次接近的好机会。

第17节：不自闭！交际的魅力(17)

和恋人分手

○ 我们分手吧

恋人之间分手，不应该简单地用电子邮件或者打电话说一声就完了，而应该正式见面，友好分手。即使双方关系冷淡，也不应该让这段感情就这样自生自灭，应该面谈，做个了结。

不回电话或者不答复电子邮件，借口“没时间”，这种逃避行为不足取。应该像开始交往时候一样，面对面认真说清楚。

○“你找到你更喜欢的人了？”

如果真的找到了自己更喜欢的人，感觉现在的男朋友不适合自己，那就应该早些告诉对方。恋爱应该诚实。

我没有和你继续交往下去的信心了。我们分手吧。

△“我改正我过去的错误行吗？”

恋人和夫妇还不同，一般恋人分手时，某一方即使是说痛改前非，恐怕也是无济于事。自己并没有过错的情况下，过分做出妥协，那就属于“无原则的人”了。

别人搬家来跟自己道别

北海道的食品都很好吃呢，是个好地方。

你们搬走了，我家孩子也孤单了。如果有机会到这边，欢迎来做客。

最起码要向对方表达恋恋不舍的感情。了解了对方搬家的去向，应该夸奖那里的优点。不要说“那边很冷呢，真受不了”之类的负面语言。

第18节：不自闭！交际的魅力(18)

结账时

如果自己想结账，那就主动接过店员拿过来的账单。如果账单摆在餐桌上，就放到自己的一侧，表示自己埋单。

请客一方应注意

与对你有没有好感无关，有些人就是不愿意被人请客。如果对方说“咱们AA制吧”，你也不要有什么其他想法。

即使请了客的人也不应该以恩人自居，认为“是我请客的，却不领情”。对方要是问到总共花了多少钱，含糊过去避而不答最好。

被请客一方的思想准备

被请客的一方要做好适当的思想准备。如果你认为这虽然是第一次被他请客吃饭，但是“今后继续交往可能就要慎重考虑”，那么，还是采取“AA制”吧。

不应该是因为“你今天请我了，我谢谢你”，而应该是“今天过得很愉快，谢谢你”。感谢的是共度了一段美好时光。

第19节：不自闭！交际的魅力(19)

〔男士〕
(让女士先在店外等候)在收款台前拿出钱包结账。
〔女士〕
到店外等候。
男士出来之后，一边掏钱包一边问"一共花了多少钱"，这种情况下，男士请客的占百分之八十。

"那么我就出这些吧！"一边说一边把钱交给对方。
如果自己一开始就问对方"我出这些钱行吗"会给人小气的印象。

女士请男士

有意让男士在自己离开座位的时候把账结了，或者在众人面前把钱塞给男士，往往都会破坏对方的心情。如果心里真的想着"老是你请客，这次该我了"，那就让男士到饭店外面等你吧。

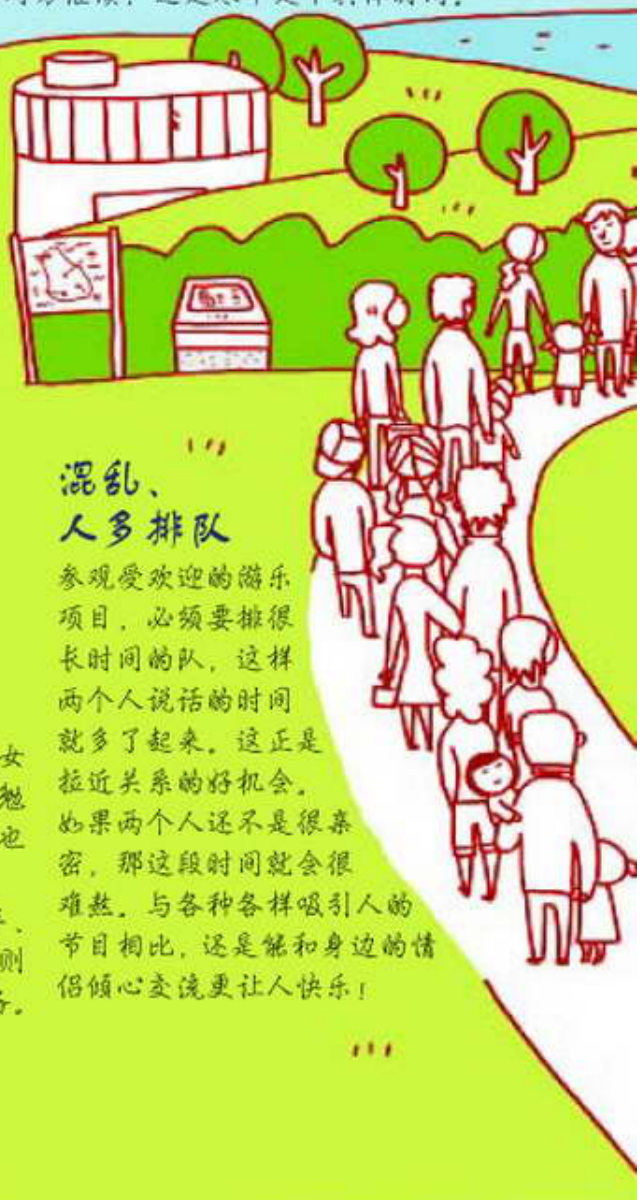
第20节：不自闭！交际的魅力(20)

约会(休息日)

上次约会时，是他请客的，这次是不是要考虑由自己来请客呢？建立起邀请、被邀请的关系，就会将男女之间的交往变得顺畅起来。

作为对上次对方请客的回礼

“上次承蒙你请客，非常感谢。下次我请你去水族馆好吗？这个周末你有时间吗？”主动向男士发出邀请，作为对上次被邀请的回礼。男士会想到“可能是上次约会中给你留下的印象还不错”，会很高兴。“下次”还是一种含糊的社交辞令，要真的想和对方继续，还是尽早定下具体时间。



约会前的准备

收集情报

如果能事先了解好水族馆的营业时间，以及去的时候要采取的交通方式，是最稳妥的。但肯定也会遇到预想不到的事情。这时候，你表现出的反应和行动，对方会认为这就是你的“真实的性格”体现。

等待见面

(坐地铁约会时)男士去迎接女士当然最好，但是也不要勉强，在最方便的车站等候也很好。

男女双方都要做好对堵车、车辆晚点以及公共场所规则限制等不测事件的思想准备。

混乱、人多排队

参观受欢迎的游乐项目，必须要排很长时间的队，这样两个人说话的时间就多了起来。这正是拉近关系的好机会。如果两个人还不是很亲密，那这段时间就会很难熬。与各种各样吸引人的节目相比，还是能和身边的情侣倾心交流更让人快乐！

第21节：不自闭！交际的魅力(21)

自己制作的盒饭

如果自己想做盒饭，那就告诉他“我想约会时带去我做的盒饭”，看看他的反应。有的男士喜欢盒饭，有的不喜欢。即使男士计划好了在哪儿吃午饭，也不要说“你真的带来了盒饭”这样的泄气话，首先应该对女友亲自做盒饭表示很高兴，还要适当地夸奖她。

产生猜疑

约会的时候来短信或接电话；没有遵守约会时间，又找不出正当理由；把对方的名字叫错了……这些都会引起另一方怀疑。一旦产生怀疑，就会对另一方的一切行为感到怪怪的。最好不要联想到这是他的原女友，或者她的原男友。如果实在摆脱不掉这片阴影，不如直接对他说“因为我很喜欢你，所以才会在意”。

如果向男士表现出吃醋的情绪，男士一般不会生气的。

此时不妨笑着敲打他“你很有人缘呢”。

但是，千万别刨根问底——“你们说什么了？”

第22节：不自闭！交际的魅力(22)

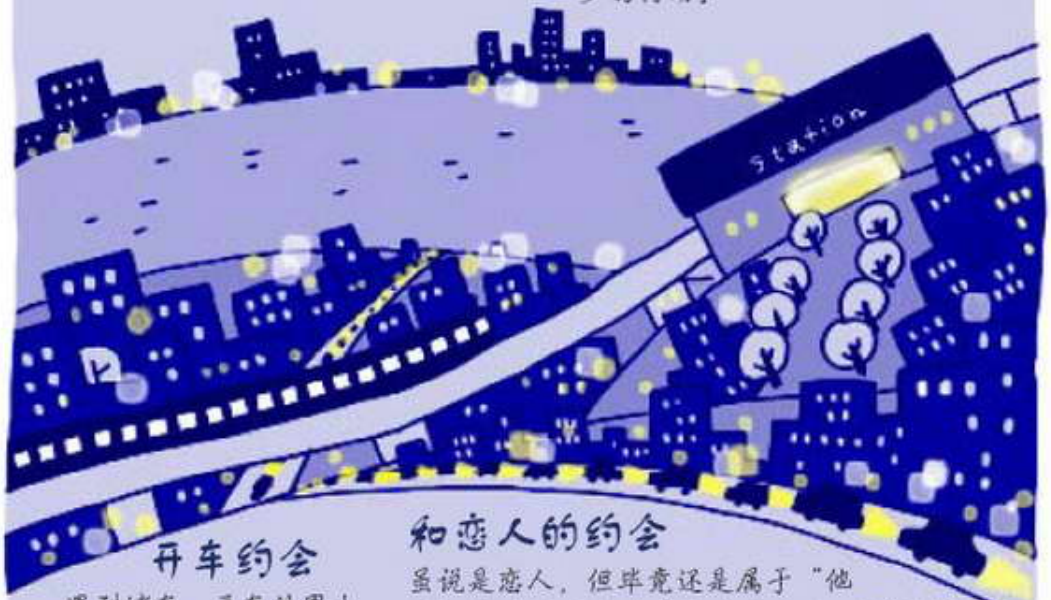
告别时刻

"今天真的玩得很愉快，谢谢你。下次我们去哪里呢？"

虽然说是客套话，但要是不说出来，对方会感到不安。还是考虑到对方的心情，认真说出自己的感受。

如果还想继续交往下去，告别之后立刻给对方发短信。告别的地点最好选在车站收票口。

如果对方恰好有事情返回分别地点，要是看到你还没走，正在专心给别人打电话，就会感到非常心灰意冷。为了避免这种误会发生，最好等待对方完全消失了，再开始下一步的行动。



开车约会

遇到堵车，开车的男士不光是心情急躁，心里还会后悔"选错了道路"。这时候女士不要说"这路可真堵"，应该安慰男士"不要着急，这样正好慢慢说话，我很高兴"。

和恋人的约会

虽说是恋人，但毕竟还是属于"他人"，注意不要过分干涉对方自由。尊重对方，并保持一定界限，是恋人相处时很需要注意的。两个人只有互相产生爱情，才算是一对恋人。在充满爱情的状态下，即使吵架，也能很快和好。但是要有一方觉得没了感觉，那就应该主动做一个了结。与其整天怀疑对方，不如把自己真实的想法告诉对方，建立起互相信赖的关系才是正道。

第23节：不自闭！交际的魅力(23)

购物途中相遇

即使正好有事情要告诉对方，但在购物途中最好只做简单问候。不要看人家买的东西，或者打听人家买了什么。

问候要出门的人

问一声“您这是要出门”当然无可厚非，对方答应了“是的”之后，就不要再问“您这是去哪儿了”。遇到从外面归来的人，也要注意别追问人家去哪儿了。

如果缠着人家不放，会被人理解为追着索要礼物，或者对人家的隐私刨根问底，很招人讨厌。

因为有急事在路上超过熟人的时候

带着孩子或者宠物的时候

要问一些便于孩子回答的问题，比如：“你叫什么呀”、“多大了”(尽管这个问题非常简单，但问问也无妨)。对带着宠物的人说起宠物的话题，主人一定非常开心。要是也有饲养经验可以问问“它几岁了”、“是公的还是母的”、“听说柴狗对主人最忠实了”等等对方很感兴趣的话题。

第24节：不自闭！交际的魅力(24)

忌讳检查手机信息

即使是夫妻、恋人，互相尊重隐私也是维持"长远友好信任"的要诀。

就算是一家人，也不应该查看别人的手机，或者擅自接听别人的来电，否则就违反了规则。这么做是对别人和自己的不尊重，其实是不明智的。

手机和短信的使用

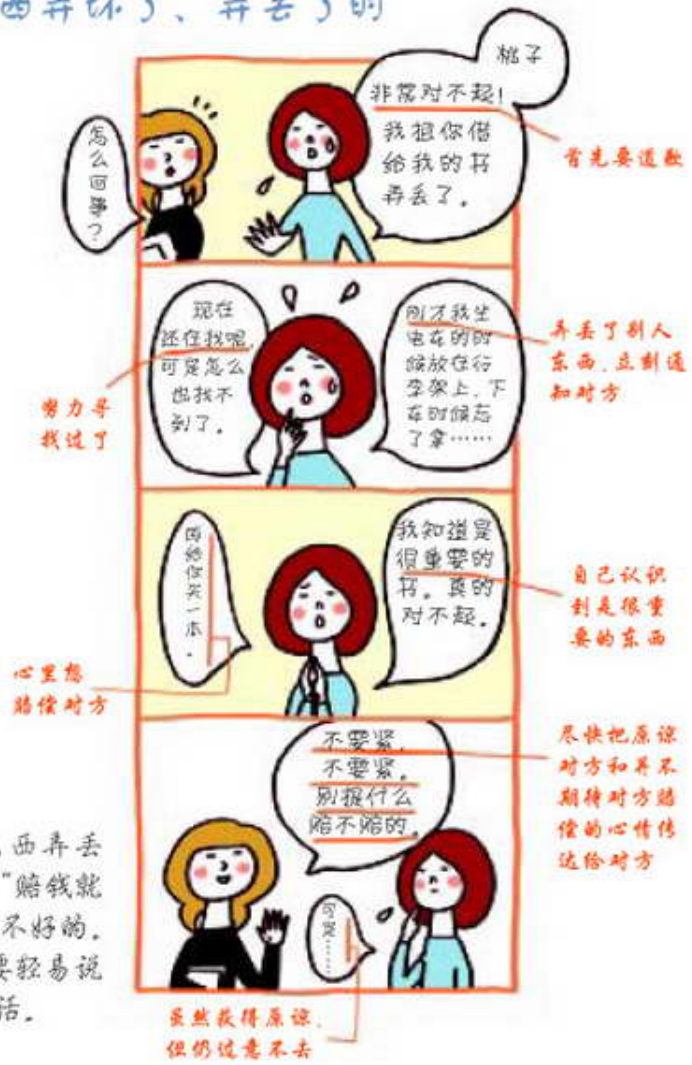
手机或者座机，相比电子邮件具有快捷的优点，有急事的时候就派上大用场。但在不是着急的情况下，应该适当控制使用手机或座机打电话的频率。

自己带着手机，认为随时都能给对方打电话很方便，但是，你也要考虑到会不会影响到对方。应该事先问问对方，在对方工作的时候是不是方便接收短信。

如果朋友处在带小孩的阶段，你给她发短信就要有所考虑。带孩子的人经常是事情很多，尤其是傍晚以后，更是忙得不可开交。如果有急事，可以给她别的亲属打电话，不是急事就发电子邮件。

第25节：不自闭！交际的魅力(25)

把借用的东西弄坏了、弄丢了时



如果把别人的东西弄丢了，便做出一种"赔钱就是了"的姿态，是不好的。开始时，最好不要轻易说出"我赔你"的话。

作为道歉的一方，只有拼命表达歉意，对方才会考虑"那我就原谅她吧"。如果什么也不说，丧失的不仅仅是物品，更是你自己的信用。

第26节：不自闭！交际的魅力(26)

把恋人送的信物弄丢时

坦率地把真实情况告诉对方，并表示歉意。隐瞒、找理由、为自己开脱，都是不好的。

不管怎样要把“对不起”挂在嘴边上，或者求男朋友“你再给我买个同样的吧”。

就这种小小的“偶然的事故”跟老公絮絮叨叨，他会不耐烦的。也最好别说什么自己去买同样的。

如果男朋友也把你送的信物丢了，你原谅他就行了，不要唠叨没完。要做到善解人意，体会他的痛苦心情。

第27节：不自闭！交际的魅力(27)

婆媳发生纠纷

在这个家庭里，你既是主妇，又是晚辈，这是事实。在别人提醒你注意什么的时候，首先要表示感谢，最重要的是坦诚接受。

不管你到怎样的家庭，婆媳之间多多少少都会有些沟通障碍的。对这些暂不断理还乱的事情，就睁一只眼闭一只眼让它过去吧。

敢于说出来，有时候会起到妙作用。当然，在家里，不光是对婆婆，对其他长辈的话，也首先要耐心听取。

婆婆说怪话时的应对秘诀

和婆婆发生纠纷时，不应该生气与之对抗，而是应该以宽阔胸襟善意对待。这种情况下的最佳应对秘诀……

1 要想到：婆婆不是讨厌你才挑三拣四，也不是恨你才吹毛求疵，其实就是中年妇女的唠唠叨叨罢了。

2 如果对方的说话方式惹得你生气，那只能说明对方说话没有水平。

3 因为不管是作为婆婆还是作为儿媳妇，双方可能都对对方心存芥蒂，谁也别挑剔谁就是了。

第28节：不自闭！交际的魅力(28)

特殊情况下的“你为我做……我就原谅你”

“你给我做按摩，我就原谅你”（对恋人）

其实，提这种要求，是在告诉你，“我并没有真生气”。你的恋人一定会高兴地为你做按摩的。

提出让你哭笑不得的离奇要求（对好朋友）

要求道歉一方帮忙做事（对老公）

第29节：不自闭！交际的魅力(29)

日常访问

这里说的不仅仅是事先约定好的登门拜访时要遵守的规矩，也包括进行日常生活中那种随机、临时性的访问时要注意的地方。

访问的基本礼仪

要注意别在吃饭时间，以及家家都很忙碌的早晨去拜访。晚上拜访朋友，最好安排在8点以前。去拜访朋友之前，不要仅仅说“我明天去你家”，而是要准确地告诉对方“我明天○点去你家”。

邻居家的孩子来玩
敢于放手才是真正的关心

邻居家的孩子来玩，虽说不用隆重款待，但是如果你不想让孩子回家说“这家的阿姨什么也没给我吃”，那就在电冰箱里留足了晚饭的份儿，剩下的拿出来招待孩子。但是也不要过分隆重，否则，孩子的家长了解到了，会增加心理负担。

你让自己孩子去别人家玩的时候，也不要让孩子特意带什么东西去，如果要带的话，也是在你打算分送给别人礼物的时候。孩子们之间的交往，不要涉及过分贵重的礼物。

不刻意地留孩子吃午饭也是可以的，但是要通知孩子的家长。

孩子家长接到电话，要是回答“非常对不起，还是让孩子回家吧”，就显得没什么雅量了。在孩子交往的过程中，接受对方家庭的好意也是很重要的。

但是，应该尽量谢绝留孩子吃晚饭的邀请。

第30节：不自闭！交际的魅力(30)

这不是嫌孩子带来麻烦，而是对孩子家长的一种尊重。要是天快黑了，最好亲自送孩子回家。比起热情招待，让孩子安全回家更重要。

接孩子回家时：

这样的邀请也可以接受，可能会交谈一些关于教育孩子的问题，也是一次不错的增进友情的好机会。

安排孩子在朋友家留宿的时候

孩子出发前，告诉孩子要懂礼貌，帮助人家做晚饭、拿被褥，不要随便开人家的冰箱和橱柜等等。

邻居家的孩子来自己家住宿的话，也可以吩咐孩子“我做晚饭，你帮着打打下手吧”。

家访

老师为了了解学生家庭情况，要进行家访。学生家长没必要刻意打扮，穿家庭便装就可以了。一般的家访时间就在15分钟左右，在这样短的时间里，谈关于孩子的教育问题时间很仓促，所以，就不要再扯到别人的孩子身上去了。

第31节：不自闭！交际的魅力(31)

成人交际能力测试4

烦恼

我和男友的父母在一起聊天的时候，他母亲对我说，“我这个儿子，从小时候开始就是个不吐舌的孩子”。
这种情况下，她是希望我做出什么反应呢？
（烦恼人：町田桃）

那么桃小姐你认为下面的答案最好的是哪条呢？

1 “我当然了解这些，其他的事我也知道呢……”

2 “是吗——原来是那样呀，虽然看起来挺没出息的……”

3 “请您不要说这些伤害他的话！”

分数统计

1 ↓ 2分　2 ↓ 5分　3 ↓ 0分

解说

答案1，虽然能够继续这个话题，但是在男友的母亲面前，你透露出你还了解“作为他母亲还不了解的一面”，那可就是捅大包天了，这种情况下，答案2的回答，表达出一种“对他的了解还很少”的感觉，这才是成年人应对方法，答案3简直就是不着调。

第32节：不自闭！交际的魅力(32)

和公婆住在一起

即使成为一家人，但家庭内部各色人等的价值观都是不同的，在一起生活的话，事先要有一个大致范围的协定。有些事情是要说得很清楚的，不能认为"即使不说对方也肯定能知道"，那样是行不通的。

明确立场

考虑周全不可少
（报告·联络·商谈）

所有的家务活、照顾孩子，还有自己怀孕、老公的升职等方面的消息，以及去拜访朋友、回娘家等等，都要事先告诉婆婆，并商量之后行事。虽说住在同一屋檐下，但在请求婆婆帮照顾孩子的时候，其实也要像对待不住在一起的婆婆那样，处处小心谨慎。

第33节：不自闭！交际的魅力(33)

男女朋友同居

和那些决定结婚并按照惯例做好结婚准备的情况不同，男女朋友同居就是互相住在对方家里，怎么说呢……这种情况越来越多。在这种情况下，如果不事先商量好了如何分担生活费或者干家务活，在一起生活的话就很有可能产生矛盾了。

男女朋友同居也可以说是结婚的序曲，但双方都知道并不是夫妻关系，所以一定要尊重对方的隐私。不要指望一下子就把对方了解得很透彻，还是一点一点地发现对方身上的魅力吧。

（女性提出同居）

男士很坦率地表达想结婚的意愿当然很好，但是也有可能表示"我目前还没想到结婚这件事呢"。即使在一起同居，也会面临结婚或者分手的选择。与其做同居的计划，不如趁着朋友结婚的时候，借此机会互相也商量一下结婚的事情，这可能是开启未来大门的好机会呢。

朋友同住的注意事项

1. 不要过分干涉对方，也不要太在意朋友的言行举止。
2. 刚开始在一起住就发现的对方一些坏习惯，如果不是原则性的，就应该宽容、忍耐。
3. 如果你总是没有好脸色，会给对方造成心理压力，最好不要整天哭丧着脸。

同朋友合住时

学生时代，和同学在一段时间一起住公寓的情况很多。既然各自都有自己的家庭，所以与同学同住时，要注意尽量少带外人来。如果想带自己的朋友来公寓，事先要征求同住伙伴的意见。

第34节：不自闭！交际的魅力(34)

给人以好印象(之一)

不给周围邻居增添不愉快的日常礼仪

这并不是说你整天要背负着"为了周围的人特意去做"的心理压力，而是要你养成一种自然而然的习惯，每天都自觉遵守礼仪，可以预防纠纷和烦恼的产生。

晾晒被子

老用棍子敲打被子，也会对被子造成损伤。要轻轻敲打，能拂去灰尘就可以了。住在高层公寓，敲打时要注意别让灰尘落到阳台内侧和两边邻居、楼下邻居的家里。还有一种方法，就是不敲打被子，而是用吸尘器吸被子上的尘土。

脚步声

公寓里如果铺的是地板，孩子蹦蹦跳跳或者宠物跑动的声音很容易传到楼下去。铺上地毯就能减轻脚步声，最好在饭厅和儿童活动室里铺上地毯。如果恰好碰上了住在自己楼下的邻居，不妨问一句："我家孩子的脚步声没有吵到您吧？"

钢琴声

搬家带来(买来)钢琴一定要通知周围邻居。不要在邻居面前显示自己如何有本事，而是要谦和地表示自己很担心琴声会打扰邻居。在自己公开演出之前，碰上了周围邻居，要告诉他们自己最近的练习时间要比平日长一些，以求得谅解。

第35节：不自闭！交际的魅力(35)

使用手机

不要无视对方的存在，随意拿出电话就打。准确判断事情的缓急是很重要的。

约会中

主动关上手机，一心一意地约会当然是礼貌的行为，但是在朋友面前"慌慌张张地关上手机"，就会引起对方怀疑了。如果是共同的熟人来的电话或短信，就应该若无其事地告诉对方"是〇〇打来(发来)的"。

两人或者几个人在一起吃饭时接到电话

■ **接到电话**

不要为了表达对来电人的重视，就说"我这没关系，没什么重要事情"。应该告诉对方"请稍等一下"，然后起身到外面去继续接听。

■ **男朋友的电话响了**

约会的时候，如果男朋友长时间接电话，你就可以问"是谁呀"，这也是婉转的抗议。

■ **收到短信**

如果是紧急事情必须回短信。

要事先告诉别的客人。如果不是急事，就先别急于回短信。可能的话，借口去洗手间，离开座位去回短信。

第36节：不自闭！交际的魅力(36)

求婚

恋爱的目的不仅仅是结婚。但是，作为恋人持续交往，结婚的事情自然而然就会摆在双方面前。如果一方有意识地躲避谈及结婚的事情，另一方就会对两人的关系感到忧心忡忡。会暗自盘算"他到底怎么想的"，由此产生心理压力。
应该坦诚地向对方表达自己的婚姻观。

一定要避免强迫对方做出明确表示，或者让他着急。这样会使对方感到很困惑。

虽然处在结婚之前，但是也不应该在别人面前表现出"他的事情由我来决定"，或者在公众面前对他摆出一副居高临下的姿态。

男性轻易不提出结婚，可能是对生活能力没有自信，或者深怕辜负女性的厚望。作为想结婚的女性，应该告诉他，自己并没有那种对家庭生活过分奢侈的要求，让他放心。

第37节：不自闭！交际的魅力(37)

医院虽然能提供产育方面的情报，但也不要勉强自己非要去医院。生过孩子的人都知道，“难受的感觉，只有自己经过体验才能懂得”。

怀孕期间会对气味很敏感，饮食习惯也会有很大变化。每位怀孕妇女的妊娠反应也不同，但大多变得有些任性了。做老公的对妻子的这些变化，要理解并要宽容。

生孩子时

对立下汗马功劳的妻子说“真让你受苦了，谢谢你了”，知道孩子的性别之后，即使和自己的预期不同，也不要表现出垂头丧气。

孩子一旦快降生了，两口子就无暇顾及其他的事情了。如果需要帮助，请婆婆或者岳母帮忙是最让人放心的。

第38节：不自闭！交际的魅力(38)

成人交际能力测试8

你能不能教教我。

烦恼

我家的那位为我过生日买来鲜花。说实话，结婚14年了，从未没有过这样的事呢。我是又高兴，又吃惊，不知道怎么的，还有点害羞了……

就要来暴风雨了，洗过的衣服还晾在外面呢。

我贸然不自觉地这样对他说，但心里是又激动又感激。我该怎么向他表达呢？
（烦恼人·神谷将子）

神谷太太还是个腼腆的人呢，那么：

1 "啊，你这是何必呢……"让他不知道该说什么。

2 抱怨他："哎呀哎呀，你是不是做什么亏心事了？"

3 不好意思地微笑着说"这可不像是你的作风呢"。

分数统计

1 — 2分　2 — 0分　3 — 5分

解说

您的老公或者是表示长久以来受到您的照顾的感谢，或者是回味新婚时的甜蜜往事，毫无疑问，是在向你表达爱情。答案2，就是给对方真挚的爱情表达浇了一盆冷水。答案1显得有些做作，有点言不由衷。答案3，很自然地表达了14年夫妻的深情厚谊，真情自然流露。

第39节：不自闭！交际的魅力(39)

和公婆一起去旅行

做儿媳妇的，与其老想着“我要照顾大家”，还不如放松心情，和大家一同共享旅行愉快。

虽然这样说，但首先还是要倾听二老的希望和意见。这次旅行，是去自然风景区，还是山间小镇；是去温泉，还是历史名城；这些事先要征求两位老人的意见。

和朋友出去旅行

共同的小金库

大家一齐行动，为了买车票、门票时更方便，不妨每人拿出相同的钱来，组成一个临时的小金库，由一个人进行管理。多退少补，这样比分别买票省时省力。

如果确定了想去哪，想干什么

尊重那些对某个地点、某项行动非常热情的人的意见。也许地点和活动不是自己的首选，但是也应该和大家一起快乐行动。

和朋友一起旅行，目的是“共享快乐时光”，适当地委屈一下自己，能换来更多的快乐。

第40节：不自闭！交际的魅力(40)

郊外旅行

郊外旅行最典型的特征就是：野外烧烤。郊外烧烤能否取得成功，事先准备十分重要。从开始到结束，要调动起全体人员的参与积极性。烧烤活动中，最活跃的主要人物就是做父亲的男士们。

在烧烤现场

初次见面的人

既然是出来轻松，就不要再遵循工作场面上的礼节了，交换名片什么的尽量避免。如果是初次相识一时找不到什么话题，因为野外烧烤的主角是男士，那么就和其他男士一起收拾青菜，做好烤肉准备，在这个过程中逐渐熟悉起来。

菜肴

虽说烤肉好吃，但是更要享受到野外烧烤的乐趣。对于菜肴，没必要使用华丽的词藻夸奖，只要大声说"好吃！味道不错"就足以表达喜悦的心情了。野外烧烤最令人头疼的就是剩下很多菜肴。所以，参加野外烧烤时，"嘴"的作用主要是吃，还是少说多吃为好。

对待朋友的孩子

父母的行为可以影响到孩子们的社交心理。如果做家长的不主动和其他朋友或者孩子交流玩耍，自己的孩子也不敢和其他的孩子一起玩了。另外，带孩子出来参加野外烧烤，本意就是让他们体验集体活动和大自然带来的各种乐趣，如果总是"这也不行，那也不行"地实施监管，那就失去了这次活动的意义。

第41节：不自闭！交际的魅力(41)

和兄弟姐妹的交往

和全体家族的交际

经常保持用电子邮件联系，如果住得比较近，偶尔可以上门拜访，或者相约一起上街游玩，增加交流机会。如果相距很远，在对方孩子的生日或者圣诞节的时候，给对方寄去礼物。

虽是一家人也要注意分寸

虽然是兄弟姐妹，但各自都成立了自己的家庭，这就与未婚之前的兄弟姐妹关系有了很大不同，不能再和以往那样彼此相处什么都不考虑了。虽然是亲属，但要对对方家庭干涉过多，对方会产生“这人管闲事过分了”的负面影响。所以，不管是发邮件，还是登门拜访，都要掌握分寸火候。

第42节：不自闭！交际的魅力(42)

三代人之间的交际

在公婆面前紧张的人，要是带着孩子在身边，就能化解紧张感。在爷爷奶奶面前，孙子天使般的微笑，最能营造温馨和谐的气氛。

公公婆婆(岳父岳母)……

可能会担心“我们要是强求为儿子(女儿)带孩子，合适吗”，但作为具备养育孩子经验的长辈，偶尔告诉子女一些养育孩子的常识，既能帮助子女，也能与子女加深沟通。

打电话、写信、发传真

如果爷爷奶奶(姥爷姥姥)来电话了，先让孩子在电话里和他们说话，等他们说痛快了，自己再接过来说正事。如果孩子亲笔给爷爷奶奶写信或者画画，他们收到后会非常高兴。

“让长辈看孙子”而回娘家

不一定非要等到中秋节或者新年才能回娘家，偶尔带孩子回家看看，既缩短了距离感，又能体现孝心。如果住得离父母家很远，可以经常给家里打电话，让祖孙在电话里交谈。

第43节：不自闭！交际的魅力(43)

对那些真的变化不大的人说这些还可以，但要是对明眼看出变化很大的人说这种话，就有点虚伪奉承的意味了。女同学之间，笑着说对方“你胖了”、“也见老了”等等，是互相都面临的现实，这不是贬低，而是真实温馨的交流。

如果你只夸奖一个特定的人，别的女士就会觉得“怎么不夸我呀”，会觉得很郁闷。

可以简单地聊社会现象，也可以谈谈对将来的设想，最好别把自己的苦恼向别人倾诉，人家听了也不知道该怎样回答的。

如果听对方对自己诉苦，那就适可而止，赶紧转换话题。

可以打听对方工作的内容，但不要很具体地问什么公司、什么职务、挣多少钱什么的。

女性之间要是谈话总在为自己家的孩子老公吹牛，同学会的气氛就变味了。如果谈起孩子，无非是说说“我有两个孩子，大孩子上小学三年级了”这样不伤大雅。

第44节：不自闭！交际的魅力(44)

交际社区洋溢着欢乐的笑声

晴朗的一天

第45节：不自闭！交际的魅力(45)

水声

哗啦——啦！！

和脚步声一样，水流的声音也会传播得很远。厕所和厨房发出流水声是没有办法的事情，但是洗澡的时间一定要安排在夜里12点前。晚上9点以后，就不要再洗衣服了。

说话声

喂喂?!稍等

有些人对家电发出的声音很小心，但却没注意到说话的声音也会影响别人。特别是打电话，有时候不知不觉就敞开了大嗓门儿。

有些谈话内容属于很私密的，通话时最好关上窗户。

放焰火，在院子里、楼顶或者阳台上举行派对

燃放焰火当然是很快乐的事情，但焰火的声音、气味和烟雾往往会影响到附近的人。

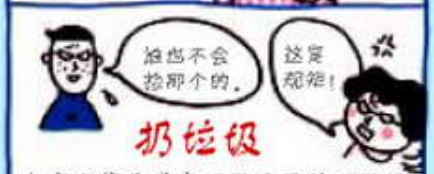
在院子里、楼顶或者阳台上举行派对，喧闹声也会影响到别人；如果吃烤肉，也会涉及到气味和烟雾的问题。所以，如果在院子里或者楼顶上举行派对，事先要告诉周围邻居们一声。

宠物

宠物的主人可能不在乎宠物发出的气味，可有些人就对宠物身上的气味很敏感。注意宠物清洁是最重要的。在晾晒宠物垫子的时候，一定要注意别让宠物毛乱飞。

门口周围

即使对自家的清洁卫生不在意，但至少要对公共道路、走廊卫生、自己门前的清洁负责。



扔垃圾

大家当然要遵守不同地区的不同规矩。在使用半透明的垃圾袋的时候，带水分的垃圾和生理废弃物要用废报纸包好再放进去。用过的信封和写有住址、电话的文件，以及内衣内裤，最好铰碎了再放进垃圾袋。

洗过的衣服

毛巾、床单、男士的衣物，这些东西被人看到不会引起不快感，也可以用来遮挡内衣内裤。一些不宜被人看见的衣物最好不要晾在显眼处。

第46节：不自闭！交际的魅力(46)

哟，老公，你回来了？
我带着小狗们出去遛遛，你做一下晚饭的准备♪
大月娘家
神谷家
准备完毕！孩子们立刻就要到家了。
孩子他妈，你没增加体重吗？咱们可多了一个孙子呢。
说什么呀，婴儿还不能吃肉呢。
富士公寓
你把婚宴客人的名单做好了？
还差一点儿
交际社区车站
舞蹈比赛的日程已经决定了。
草裙舞中心
我想告诉朋友们。
哎呀，真不好意思！

第47节：不自闭！交际的魅力(47)

给人以好印象(之二)

关键时刻恰当应对，保持快乐心情

和近邻交际的要点

* 和全体邻居交际是必要的，但交际程度不必要相同。
* 掌握好交际深度，保持正确的距离感。

访问

要注意不要在吃饭时间或者家家都很忙碌的早晨去上门拜访。晚上拜访也要安排在8点以前。

适度、得体地表达自己心情

"你买了很漂亮的衣服"(夸奖对方)

回答①

"是在网上淘到的折扣很大的便宜货"

(显示出有很强的情报搜集能力)

回答②

"下了很大决心才买回来的"

(不是轻易就买来的，在我紧张的情况下，精打细算才购买以像)

看来您好像有什么喜事？

(对面带喜悦的人)

是呀，孩子在学校的比赛上得了努力奖。

(在学校里获得了小小的竞赛奖励，但是也感到特别高兴。用谦虚的口吻，表达喜悦的心情)

第48节：不自闭！交际的魅力(48)

圣诞节时期

把圣诞树用彩色灯泡装饰得熠熠闪光，和邻居们共享节日气氛，出发点是让大家都高兴，但是也有一些要注意的事项。

有人对忽闪忽闪的灯光很反感，也有人对围观者很多感到厌烦，总之，美好的初衷也会引来相反的结果，所以，在装饰圣诞树之前，最好告诉近邻们，"我家孩子想装饰圣诞树"。

如果反馈不是很好，就要慎重行事。

种树

别人家的树枝越过墙头给自己家造成妨碍，也不要擅自剪断。

首先，要告诉对方，最好由树的主人自己剪断，如果你觉得对方没时间，可以征求对方意见，代为剪枝。

别人家阳台上养的园艺花草侵入自家造成妨碍，也可如此对待。

送东西给别人的时候

* 赠送的物品如果需要用容器装，就要考虑用不需要返还的质量好的纸制容器，或者也可以向对方借来容器装上物品送给对方，送给对方容器的时候，要在里面放上几块巧克力或者糖果。

* 如果立刻就还礼，会让对方感到这是特意为之，稍过一段时间再向对方表达谢意，就自然而妥帖，顺便再说上一句"您做的食物真的很好吃"。

第49节：不自闭！交际的魅力(49)

成人交际能力测试！

烦恼

喜欢传播小道消息的春野太太又在说什么呢？

我听说了……

哦～

《为此烦恼的人：夏川太太》

她总是传播那些容易引起误会的小道消息。对这种人该怎么办呀？

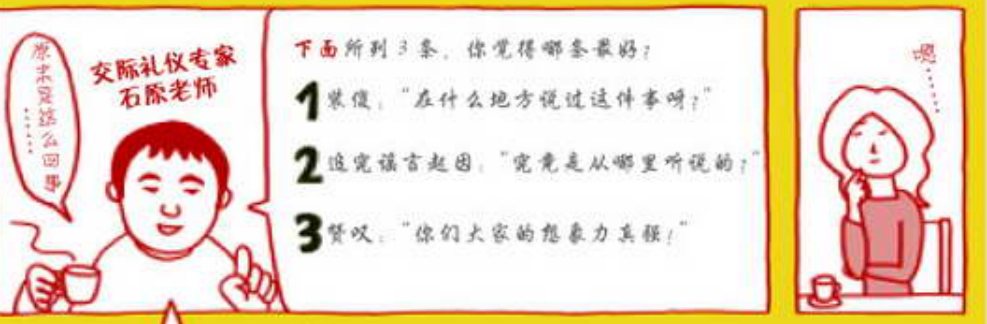
茶馆

我去咨询一下。

今天石原老师在吗？

噢，他在。

在那边座位上。



分数统计

1 ↓ 5分

2 ↓ 0分

3 ↓ 3分

解说

如果像问题2那样刨根问底，就让人感到对方说的就是真实的。

这时候如果采取1的反应，表现出装傻、不理睬的态度，那么对方达不到目的，也就是白费心机了。

选择3，可能有点儿觉得"把我当傻瓜了"的感觉。其实，在这种情况下，就是把你当傻瓜了，可能也是好事。

第50节：不自闭！交际的魅力(50)

约会邀请

打扰一下，叮田小姐。
什么事？
没商量就定下日期，对方很容易用“那天我没时间”来回绝。
这个星期日
能请你去银座看电影吗？
紧张一
过早定下内容，对方也许会说“那片子我看过了”。
是这样呀……
当对方回答“那天我有事”的时候，不要接二连三地追问“那么下星期行吗”。约会不要只顾着自己灵活变化时间而不考虑对方心情。
……
对不起，那天我正好有事……